BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi adalah keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah seseorang meningkat secara kronis. Biasanya, seseorang yang dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya berada di atas 140/90 mmHg. Orang yang biasanya beresiko hipertensi adalah karena obesitas, kelebihan asupan natrium, defisiensi vitamin D, dan kurangnya aktivitas fisik (Sudarsono et al.,2017). Hipertensi juga biasanya disebut *the silent killer*, istilah ini digunakan karena penyakit ini biasanya tanpa memberikan gejala dan keluhan dan juga penderitanya jarang menyadari kalau dirinya mengidap hipertensi (Suprayitno, 2019). Peningkatan tekanan darah dalam jangka waktu yang lama dapat menimbulkan komplikasi seperti kerusakan pada ginjal, jantung coroner dan otak. Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan sekitar 9,4% kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena stroke (Dwie & Yuni, 2018).

Menurut Kemenkes RI (2019) hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolic lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang.

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa prevalensi global hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi dunia. Prevalensi hipertensi tertinggi di Afrika yaitu sebesar 27%. Asia Tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total populasi (Kemenkes RI, 2019).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi pada penduduk di Indonesia adalah 34,1%. Prevalensi tersebut diperoleh dengan melakukan pengukuran tekanan darah yaitu apabila tekanan darah >140/90 mmHg. Angka prevalensi ini lebih tinggi dari tahun 2018 yaitu sebesar 29,2%. Selain secara global, penyakit hipertensi juga menjadi penyakit paling banyak diderita masyarakat Indonesia, ada sebesar 57,6% masyarakat Indonesia terkena hipertensi. Sebesar 42,7% adalah pengidap hipertensi pada laki-laki dan sebesar 39,2% pada perempuan (Riskesdas, 2018).

Penyakit hipertensi bisa berkembang selama bertahun-tahun tanpa keluhan serta gejala. Hipertensi berkepanjangan bisa menyebabkan seseorang mengidap gangguan psikologis, diantaranya adalah kecemasan, depresi dan stress. Hal ini terjadi karena cenderung memerlukan pengobatan yang relative lama, resiko komplikasi, dan dapat memperpendek usia (Suciana, 2020).

Penanganan hipertensi dibagi menjadi 2 yaitu penanganan farmakologi dan non farmakologi. Obat termasuk penanganan farmakologi karena obat dapat menurunkan tekanan darah, sedangkan terapi non farmakologi yaitu seperti teknik relaksasi napas dalam, relaksasi aroma terapi mawar, pijat refleksi kaki, yoga,

terapi jus dan relaksasi autogenik. Relaksasi autogenik adalah tipe psikofisiologikal dari psikoterapi dasar dengan menggunakan autosugesti. Terapi ini dapat menurunkan tekanan darah systole dengan cara meningkatkan proses pengaliran hormon keseluruh tubuh dan menstimulasi sistem saraf parasimpatis yang membuat otak memerintahkan renin angiotensin pada ginjal yang mengatur tekanan darah. Teknik ini sendiri bermanfaat untuk peningkatan konsentrasi, rasa bugar dalam tubuh, memberikan rasa nyaman dan tidak menimbulkan efek samping (A. Setyawan & Hasnah, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sariman (2022) menemukan bahwa terdapat pengaruh terapi relaksasi otogenik untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri kepala pada pasien hipertensi yang dilakukan di puskesmas pasar ikan kota Bengkulu. Pada tahun (2018) Erika melakukan penelitian di posyandu lansia Pelangi prada kali Kendal RT 4 Surabaya yang menderita hipertensi, teknik relaksasi otogenik lebih cepat memberikan perubahan tekanan darah karena lebih menekan pada keadaan mental atau psikis pada pelaksanaannya membawa responden pada suasana hati yang rileks (Erika, 2018).

Berdasarkan data awal dari RSUD Karel Sadsuitubun Langgur, jumlah penderita Hipertensi tahun 2023 sebanyak 88 orang, tahun 2024 sebanyak 18 orang, dan tahun 2025 sebanyak 38 orang. Data ini menunjukan pasien Hipertensi di Rumah Sakit masih banyak, namun tindakan latihan autogenik belum diterapkan dengan optimal (Rekam Medik RSUD KS Langgur, 2026).

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan "Implementasi pemberian latihan autogenic untuk mengatasi nyeri pada pasien hipertensi di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur".

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, dapat dirumuskan karya tulis ilmiah ini yaitu "Bagaimanakah pengaruh pemberian latihan autogenic dapat mengatasi nyeri pada pasien hipertensi?

C. TUJUAN

Tujuan dari studi kasus ini dibagi menjadi 2 (dua) yakni :

1. Tujuan Umum

   Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan umum dari penelitian ini adalah menjelaskan latihan autogenic untuk mengatasi nyeri pada pasien hipertensi

2. Tujuan Khusus

   Tujuan khusus penelitian ini adalah :

   a. Melakukan pengkajian kondisi pasien hipertensi dengan nyeri
   b. Merumuskan diagnose keperawatan dari subjek studi kasus
   c. Menyusun rencana keperawatan terhadap subjek studi kasus
   d. Melaksanakan tindakan keperawatan terhadap subjek studi kasus
   e. Melakukan evaluasi dan pendokumentasian terhadap subjek studi kasus

D. MANFAAT

1. Bagi Akademik

   Melalui penelitian ini, diharapkan bagi petugas kesehatan secara umum menjadikan terapi non farmakologi sebagai upaya alternatif dalam penatalaksanaan asuhan keperawatan untuk peningkatan mutu pelayanan.

2. Bagi Pengembangan Pengetahuan, Teknologi Informasi dan Seni

   Menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam meningkatkan pengetahuan tentang implementasi pemberian latihan autogenik untuk mengatasi nyeri pada pasien hipertensi.

3. Bagi Profesi Keperawatan

   Melalui penelitian ini, tenaga kesehatan memperoleh pengalaman nyata dan menambah wawasan dalam melakukan implementasi keperawatan pasien hipertensi untuk mengatasi nyeri.